



ความทรงจำ  
รสกลมกล่อม

## “บ้านนาต้นจั่น”



สายฝนพรหมลงมาเบาๆ ตอนที่เราเลี้ยวรถออกจากบ้านนาต้นจั่น ภาพทุ่งนาเขียวขจีและท้องฟ้า  
ส่องแสงวิบวับช่างน่าอัศจรรย์ใจไม่อาจจากความทรงจำ ภาพประทับใจที่สุดเห็นจะเป็นมิตรภาพของ  
ชาวบ้านที่มีให้อย่างเปี่ยมล้นราวกับเราเป็นหนึ่งในสมาชิกครอบครัว

“นายรอบรู้” เปลี่ยนบรรยากาศมาเที่ยวแบบกินอยู่กับชาวบ้าน ที่ “โฮมสเตย์บ้านนาต้นจั่น”  
ใน ต.บ้านดึก อ.ศรีสัชนาลัย จ.สุโขทัย แม้ปลายทางครั้งนี้ไม่ได้เป็นสถานที่หรูหรา แต่ก็มี  
ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่น่าสนใจ และมีความรู้สึกลอบอุ้มปลอดภัยให้เราได้สัมผัสสรวลกับกลับไปเยี่ยมญาติ  
ในชนบท นี่คงเป็นเสน่ห์ของการท่องเที่ยวแบบโฮมสเตย์ที่ต่างไปจากการท่องเที่ยวรูปแบบอื่นๆ

ผู้เขียนมาเยือนหมู่บ้านแห่งนี้เป็นครั้งที่ ๒ ก่อนหน้านั้นเคยเดินทางมากับคณะสังคมวิทยาและ  
มานุษยวิทยา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และองค์การบริหารการพัฒนาพื้นที่พิเศษเพื่อการ  
ท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน (องค์การมหาชน) หรือ อพท. ในโครงการต้นแบบการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์  
คือการท่องเที่ยวที่ให้ความสำคัญกับประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม และคุณค่าของชุมชน เมื่อกลับ  
มาอีกครั้งจึงเข้าใจชัดเจนว่า เหตุใดหมู่บ้านเล็กๆ อยู่ห่างจากตัวเมืองศรีสัชนาลัยไปกลางท้องทุ่ง  
ถึง ๒๐ กม. ถึงได้มีเสน่ห์ดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มาเยือนไม่ขาดสาย ปีหนึ่งถึงกว่า ๗,๐๐๐ คน!



“ข้าว” และ “ผ้า” มีชีวิต

จากตัว อ. ศรีลีชนาลัย เราใช้ทางหลวงหมายเลข ๑๐๒ มุ่งหน้าไปทาง จ. อุตรดิตถ์ ประมาณ ๙ กม. พอถึงแยก ต. บ้านดึกก็เลี้ยวซ้ายเข้าถนนสายบ้านแม่ตะเพียนทอง-บ้านห้วยตม ขับรถผ่านท้องทุ่งที่มีแนวเขาทอดยาวเบื้องหลังมาตามป้ายบอกทางสีฟ้าราว ๑๑ กม. จะถึงอาคารศูนย์กลางท่องเที่ยวบ้านนาต้นจั่นอันเป็นจุดหมาย พอเลี้ยวรถเข้าไปจอดที่ปั๊มน้ำมันก็เดินอ้อมปริมณฑลต้อนรับทันที

ป่าเส้งี่ยม แสงวาลม ประธานกลุ่มโฮมสเตย์บ้านนาต้นจั่น ถ้ามองได้สารทุกข์สุกดิบแล้วหยิบเงาะหวานๆ ถาดใหญ่มาเลี้ยง เป็นการต้อนรับแบบญาติพี่น้อง ไม่มีพิธีรีตองอะไร แต่มักติดคำถามว่าต้องไหว้ศพหามาแจ้งล่วงหน้า เจ้าบ้านจะได้เตรียมการได้ถูกและรู้ว่า เป็นใครมาจากไหน ส่วนคนไปเที่ยวก็จะได้แนใจว่ามีที่พักแน่นอน เรียกว่าสบายใจด้วยกันทั้งสองฝ่าย ค่ากินค่าอยู่คิดราคาเดียวคือคนละ ๓๕๐ บาท ประกอบด้วยอาหารมื้อเย็น มื้อเช้า ที่พักชนหลัสบาย ๑ คืน และค่าทำกิจกรรมกับชาวบ้าน

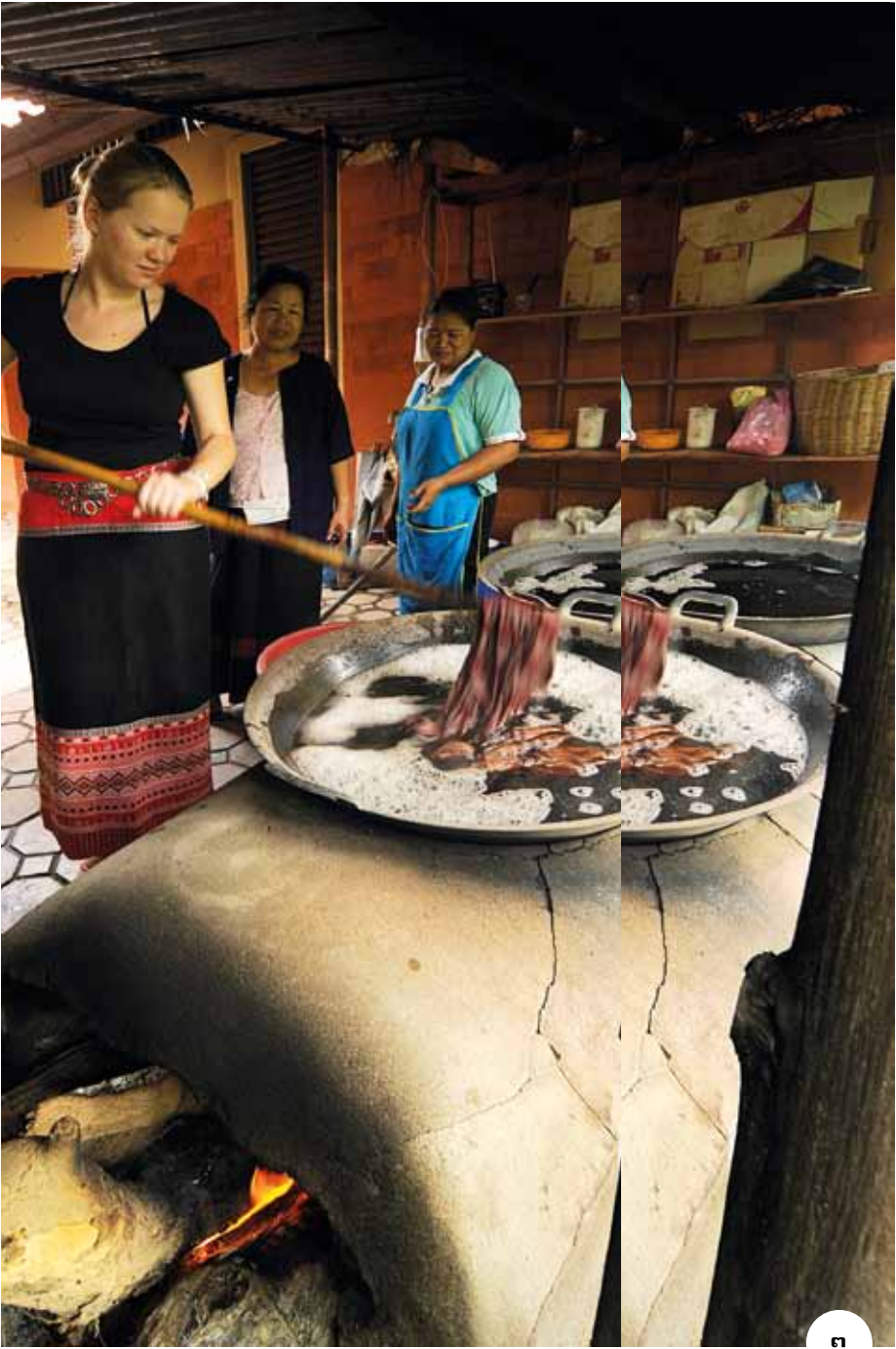
พอเรานั่งพักจนหายเหนื่อย ป่าเส้งี่ยมก็ชวนกิน “ข้าวเป็บ” เป็นมื้อกลางวัน อาหารพิเศษเมนูนี้เป็นของขึ้นชื่อมีเฉพาะที่นาต้นจั่นเท่านั้น หน้าตาและวิธีทำคล้ายข้าวเกรียบปากหม้อ ใครเคยไปเมืองลับแลอาจคุ้นคิดว่าคล้ายหมีพัน แต่สูตรของที่นี่ต้องเติมน้ำซุปลกระดุกหมูด้วย หลายคนบอกว่า ถ้าไม่ได้กินเหมือนมาไม่ถึง และหากจะเข้าใจให้ถึงแก่นต้องลงมือทำกินเองสักซาม !

ข้าวเป็บพัฒนาสูตรมาจาก “ข้าวแคบ” เป็นของกินพื้นถิ่นภาคเหนือ การทำข้าวแคบ คือนำแป้งข้าวเจ้ามานึ่งบนผ้าขาวบางแล้วนำไปตากแดด จะได้แผ่นแป้งเนื้อชุ่มเก็บไว้กินได้นาน และพลิกพลงเป็นอาหารได้อีกหลายชนิด เช่นนำมาทอดด้วยเส้นไหม เรียกว่า “หมีพัน” หรือนำมาทอดด้วยข้าวเหนียว เรียกว่า “โอโธ” นับเป็นภูมิปัญญาในการถนอมอาหารอย่างหนึ่ง ที่มาของสูตรข้าวเป็บคือ วันหนึ่งคนนาต้นจั่นไปกินก๋วยเตี๋ยวในเมืองแล้วติดใจอยากกินอีก แต่ไปไม่สะดวกเพราะอยู่ไกล จึงลองนึ่งข้าวแคบ ใส่ผักและเครื่องเคราปรุงออกมาเป็นก๋วยเตี๋ยวสูตรเฉพาะตัว และตั้งชื่อว่า “ข้าวเป็บ” เพราะ “เป็บ” ในภาษาเหนือแปลว่าพับ อันเป็นขั้นตอนสำคัญในการทำอาหารชนิดนี้ ต่อมากลายเป็นอาหารยอดนิยมของคนที่นี่ ผู้ว่าราชการจังหวัดสุโขทัยชิมแล้วชอบ จึงตั้งชื่อให้ว่า “ก๋วยเตี๋ยวพระร่วง” ตามชื่อวีรบุรุษในตำนานพื้นบ้าน

วิธีทำข้าวเป็บยุ่งยากกว่าข้าวเกรียบปากหม้อเล็กน้อย ขั้นแรกต้องตากแป้งราดบนผ้าขาวบาง ค่อยๆ เกลี่ยเนื้อแป้งให้ทั่ว ระวังไม่ให้บางเกินไป มิเช่นนั้นหน้าแป้งจะแตก จากนั้นปิดฝารอให้แป้งสุก เปิดมาใส่ผักแล้วปิดต่อให้ผักสุกสด เปิดฝ่อีกครั้งเพื่อพับแป้งห่อผัก แล้วตากใส่ซาม โรยผักชี กากหมู กระเทียมเจียว ระหว่างนั้นนึ่งไข่ในหม้ออีกใบ แล้วนำไข่โปะหน้า ราดน้ำซุปลที่ใส่หมูสับและเลือดหมู ปรุงเครื่องปรุงตามใจชอบ เท่านั้น ก็ได้ข้าวเป็บแป้งนุ่ม กินกับน้ำซุปลกระดุกหมูร้อนๆ รสกลมกล่อม อร่อยอย่าบอกใคร

อ้อมท้องแล้ว ที่อาคารศูนย์กลางท่องเที่ยวบ้านนาต้นจั่นยังมีของขึ้นชื่อให้ลองทำอีก อย่างคือ “ผ้าหมักโคลน” จุดเด่นคือเป็นผ้าฝ้ายทอเนื้อนุ่ม ห่มหน้าหนาวอุ่น ห่มหน้าร้อนเย็นสบาย ผ้าชนิดนี้เกิดจากภูมิปัญญาของคนโบราณ ที่สังเกตเห็นผ้าเลอะโคลนจากการทำนามีเนื้อนุ่มกว่าผ้าที่ไม่เลอะ จึงลองนำผ้ามาหมักโคลน กรรมวิธีทำผ้าหมักโคลนค่อนข้างซับซ้อนและใช้เวลา นักท่องเที่ยวอย่างเราจึงได้แค่ช่วยย้อมผ้าเล็กน้อย และเล็งผ้าผืนสวยไว้อุดหนุนเมื่อเยี่ยมเสร็จในวันรุ่งขึ้น

แต่ก่อนทั้งข้าวเป็บและผ้าหมักโคลนเป็นเพียงของธรรมดาในหมู่บ้าน จนเมื่อการท่องเที่ยวโฮมสเตย์เติบโต ก็เหมือนเติมชีวิตให้แก่ข้าวและผ้าซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน เป็นการช่วยหล่อเลี้ยงชีวิตคนนาต้นจั่นด้วยอีกทาง



- ๑ ป่าเส้งี่ยมสอนนักท่องเที่ยวทำข้าวเป็บ พลางเพิ่มสีสันด้วยประโยคว่า “ถ้าทนควนไฟไม่ได้ ก็ทนแม่วัวไม่ได้”
- ๒ ข้าวเป็บ ของกินพื้นบ้านบ้านนาต้นจั่น
- ๓ นักท่องเที่ยวทดลองย้อมผ้าหมักโคลน
- ๔ น้องกลอยใจทอผ้าที่ไต้ถุนเรือน แม้จะเป็นไปแต่เธอก็เป็น “ลูกก๊” ฝีมือเยี่ยมของกลุ่ม







๕ ข้าวพันพริก  
ทำโดยนำข้าวแค้น  
ผสมพริก  
มาห่อหุ้มข้าวร้อน ๆ

๖ ดาวงษ์ กับ  
ตุ๊กตาบาร์โหน  
ประดิษฐ์จาก  
ภูมิปัญญา  
ของตาเอง



คณะ “นายรอบรู้”  
ล้อมวงทำกับข้าว  
บนลานครัว



บ้านโฮมสเตย์สิงห์ใหญ่น้ำพิก ทุกหลังผ่านมาตรฐานโฮมสเตย์ไทย

## กินดี อยู่ดี แบบคนบ้านต้นจัน

ป่าเส้งยมพาเรายำตอกเที่ยวหมู่บ้านในช่วงครึ่งวันบ่าย จึงนับเป็นโอกาสดีที่เราจะได้เข้าถึงวิถีคนนาต้นจันอย่างใกล้ชิดถึงใต้ถุนเรือนก่อนจะไปพักค้างคืนที่เรือนของลุง ๆ ป้า ๆ ที่เปิดเป็นโฮมสเตย์

เราเริ่มต้นที่ร้านยายฟอง ร้านข้าวแค้นซึ่งอยู่คู่ปากท้องคนที่นั่นมากว่า ๔๐ ปี ตอนนี้นักจากร้านตอกทอดสุกสาวที่กำลังง่วนอยู่หน้าเตา ร้านนี้มี “ข้าวพันพริก” หรือข้าวแค้นผสมพริกพันด้วยหมี รสเด็ดเผ็ดนิด ๆ เค็มหน่อย ๆ เคี้ยวหนุบหนับ เหตุที่มีข้าวเปีย ข้าวแค้น และหมีพัน คล้ายกับที่ อ. ลับแล จ. อุตรดิตถ์ เพราะบ้านนาต้นจันตั้งอยู่ติดลัับแล ห่างเพียงภูเขาเก้น บรรพบุรุษชาวนาต้นจันส่วนใหญ่ก็มาจากลัับแล อีกส่วนหนึ่งมาจาก จ. ลำปาง

ในสมัยก่อนนั้นมิตันจันจำนวนมาก จันเป็นไม้ที่ผลิบายามหมดหน้าแล้งเร็วกว่าไม้อื่น จึงเสมือนเป็นสัญลักษณ์แห่งความอุดมสมบูรณ์ คนโบราณจึงนำมาตั้งเป็นชื่อหมู่บ้าน

บ้านโฮมสเตย์ที่นี่มีทั้งหมด ๑๒ หลัง บ้านหลังไหนเปิดให้บริการจะมีป้ายบอกไว้ด้านหน้า ทุกหลังล้วนมีพื้นที่กว้างขวาง สะอาด สะอาด และแยกที่นอนของนักท่องเที่ยวเป็นสัดส่วนจากเจ้าของบ้าน เรื่องคุณภาพการบริการนั้นไม่ต้องกังวล เพราะทุกหลังผ่านมาตรฐานโฮมสเตย์ไทยจากกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ต่อให้มากันเป็นคณะใหญ่ก็รับได้สบาย แต่ไม่ควรเกิน ๗๐ คน

ตามใต้ถุนบ้าน เราเห็น “ลูกกั” ขยับก็ทอดผ้ากันลุ่มจับ ชาวบ้านที่เป็นลูกกัซึ่งเป็นหัวเรี่ยวหัวแรงสำคัญในการทอดผ้าหมักโคลนผืนสวนี้เดือนหนึ่ง ๆ มีรายได้ราว ๓,๐๐๐-๔,๐๐๐ บาท พี่ล้าควน สมาชิกในกลุ่มบอกว่า การทอดผ้าช่วยให้ไม่ต้องออกไปทำงานนอกหมู่บ้าน มีเวลาอยู่กับครอบครัวมากขึ้น ขณะที่น้องกลอยใจ ผู้บกพร่องทางการได้ยิน ก็ฝึกฝนทอดผ้าจนมีรายได้เลี้ยงลูกน้อยอย่างไม่ขัดสน

ป้าเส้งยมบอกว่า “เขาสู้กันมานาน จากบ่มีอิหยัง ตอนนีภูมิใจดีใจ ที่ชาวบ้านมีรายได้ ครอบครัวอีกกัน”

กว่าบ้านนาต้นจันจะมาเป็นโฮมสเตย์เช่นทุกวันนี้ ได้ผ่านเรื่องราวซนคลั่งกราวกับหนังชีวิตเรื่องยาวมาก่อน...

กว่า ๑๐ ปีที่แล้ว กลุ่มแม่บ้านนำโดยป้าเส้งยม รวมตัวกันเพื่อหารายได้เสริม ช่วงแรกช่วยกันรับจัดเลี้ยงโต๊ะจีน ต่อมารวมกลุ่มทอดผ้าหมักโคลน จนประสบความสำเร็จได้ทุนโครงการหมู่บ้านชนบทเพื่อการท่องเที่ยว ป้าเส้งยมได้ไปดูงานโฮมสเตย์ถึงประเทศญี่ปุ่น แล้วลองมาทำที่นาต้นจัน ระยะเวลาแรกไม่มีใครเห็นด้วย หว่าป้าเป็น “ผีบ้า” แต่เมื่อเวลาผ่านไป โฮมสเตย์แห่งนี้ก็เริ่มเป็นที่รู้จัก และกลายเป็นสิ่งสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน

เราเดินตามป่าเส้งยมไปบนถนนสายเล็ก เก็บผักริมทางไปทำกับข้าว ก่อนแวะบ้านดาวงษ์ ดาวงษ์นำความรู้ทางช่างมาประยุกต์ใช้ทำเศษไม้ให้เป็นตุ๊กตาบาร์โหน พอปีบไม้บับ ตุ๊กตาก็จะยกตัวไปอยู่บนบาร์ นอกจากเด็ก ๆ จะซื้อไปเล่นแล้ว กลุ่มผู้สูงอายุก็ชื่นชอบ เพราะของเล่นชิ้นนี้ใช้ออกกำลังกายได้ด้วย

จุดต่อมาเราแวะร้านป้าคำเครื่อง ป้าบอกว่าป้าเป็นต้นตำรับข้าวเปีย มีทั้งข้าวเปีย หมีพัน และข้าวพันไม้ หลายแบบให้ชิม ตอนเย็น ๆ จะมีเด็กนักเรียนมารุมซื้อข้าวพันไม้กันแน่นร้าน

ตะวันคล้อยต่ำแล้ว เมื่อเราเข้าครัวไปช่วยป้าเส้งยมทำกับข้าว ล้ารับมือนี้นำพริกซอยโขลก แยกแคะหลวง

ล้ารับกับข้าว  
บ้านนาต้นจัน



หน่อไม้สด  
ผัดหมู  
ใส่พริกอ่อน

ผักลวก  
สารพัดชนิด  
กินกับน้ำพริก

น้ำพริกชอกไข่

แกงแคหลวง

น้ำพริกน้ำยำ

อาหารการกินของชาวบ้านนาต้นจันคล้ายอาหารพื้นบ้านภาคเหนือ เนื่องจากบรรพบุรุษอพยพมาจากจังหวัดทางภาคเหนืออย่างอุตรดิตถ์และลำปาง ลูกหลานรุ่นต่อ ๆ มาก็ยังคงวิถีชีวิตและวัฒนธรรมการกินเรียบง่ายไว้ คราวยังเป็นชนาไม้ยกสูงกว่าพื้นเรือน มีหน้าต่างบานกระทุ้งไว้รับลมและยังคงใช้เตาถ่านกันอยู่ ทั้งปลูกพืชผักสวนครัวริมรั้วไว้กินเองด้วย โดยล้ารับยอคนนิยมของชาวบ้านนาต้นจันก็คือ

**แกงแค** รสเผ็ดจัดจ้านอุดมด้วยพืชผักสมุนไพร ตั้งแต่เครื่องแกงที่มีทั้งตะไคร้ ผีวมะกรูด ข่า หอมแดง กระเทียม แก่นหอม โขลกรวมกันขึ้นหนึ่งก่อน แล้วจึงใส่พริกแห้งลงโขลกอีกเป็นขั้นตอนต่อมา โดยเติมกะปิชนิด เกลือหน่อย โขลกให้เข้ากัน จากนั้นใส่น้ำพริกขลุกลีกล แล้วนำพริกแกงขึ้นคั่วจนหอมฉุน จึง

ร่วางกันอย่างม่วนซื่น สำหรับพวกเราซึ่งมกกัน ๕ คน ขอเพียงนอนฟังเสียงฝนก็สุขใจแล้ว

คืนเดือนมืดท่ามกลางฝนโปรย อากาศเย็นฉ่ำ เราแยกย้ายเข้านอน ห้องหับบ้านป่าอาจไม่สะดวกสบายเทียบเท่าโรงแรม แต่เสียงกบเขียดและจ๊กจั่นร้องขับกล่อมนั้น พังเพลิ่งกว่าเสียงหึ่ง ๆ ของเครื่องปรับอากาศเป็นไหน ๆ แอ้มผู้ใหญ่ที่เกิดทันได้นอนกางมุ้งยังได้พินความทรงจำวัยเด็ก “ดูหนังสื่อ” อีกด้วย

พอฝนซา หึ่งห้อยตัวน้อยก็บินมาทักทายข้างมุ้ง คำที่เขาวกกันว่าหึ่งห้อยเป็นตัวบ่งชี้ถึงความอุดมสมบูรณ์และสมดุลของธรรมชาติ พาให้ผู้เขียนคิดไปถึงเหตุผลที่ทำให้คนนาต้นจันได้กินดีอยู่ดี

ใส่ไก่ที่สับชิ้นพอดีคำลงคั่วด้วยจนสุก เติมน้ำแล้วต้มต่อให้เดือดพล่าน ราไฟแล้วจึงใส่ผักพื้นบ้านสารพัด ทั้งชะอม ใบพริก บวบ มะเขือเปราะ พริกชี้หู ใบก้านดุก ที่เตรียมไว้ลงไป เป็นอันเสร็จ

ถ้าเป็นงานบุญหรืองานบุญประจำปีอย่างบุญสลากภัต แกงแคจะถูกปรับเปลี่ยนเป็นแกงแคหลวง ซึ่งเครื่องปรุงหลัก ๆ เหมือนกัน จะต่างกันก็ตรงแกงแคหลวงใส่กะทิ เพิ่มใบชะพลู และใช้กบนาคั่วอบเนื้อแน่นแทนเนื้อไก่

**น้ำพริกชอกไข่** ทำง่ายไม่ยุ่งยาก เพียงโขลกกระเทียมและพริกแห้งให้ละเอียดจนเหนียว ใส่หอมแดงขอยสลดคลุกเคล้าให้เข้ากัน ถ้าอยากให้ “ล้าขนาด” ก็เติมน้ำปลาร้าต้มลงไปเล็กน้อย จากนั้นใส่ไข่ต้มสุกปอกเปลือกลงตำในครกพอหยาบ ๆ แบบยังเห็นเนื้อไข่ บิบบมะนาวแล้วคนให้เข้ากัน กินแหมกับผักพื้นบ้านที่หาได้ในสวนหรือตามริมรั้ว อย่งในก้านดุก กระเจี๊ยบมอญ ผักกูด มะเขือเปราะ หน่อไม้หวานทั้งลูกและกินสด

**น้ำพริกน้ำยำ** นำกระเทียมลงบดในครก ใส่พริกหยวกเผาที่ลอกเปลือกแล้วลงไป ตำพอหยาบ ๆ ใส่ น้ำปลาร้าต้ม บิบบมะนาว คนให้เข้ากัน นำไข่ไก่ที่ต้มสุกปอกเปลือกแล้วใส่ลงในถ้วยน้ำพริกทั้งลูก เวลากินต้องตักทั้งไข่ทั้งน้ำพริก...ล้าแต่ ๆ เจ้า

เรื่อง : พรเพ็ญ วงศ์ศุภชัยนิมิต





## ทำตัวเป็นลูกหลาน เทียบสวน ร่วมงานสลากกัต

เช้าวันรุ่งขึ้น ลุงจำลอง แสงลาก พืชายของป่าเสียม ชวนเรานั่งรถไปเที่ยวสวนต้นเขา ช่วงนี้ทั้งเงาะ ลำไย และขนุน ออกผลกันสะพรั่ง ลุงเล่าว่าดินที่นี่อุดมสมบูรณ์ ปลูกอะไรก็งอกงาม พร้อมชวนเชิญให้หยิบผลไม้ชิมได้ตามใจชอบ พลังดึงดูดลูกใหญ่จากต้นให้พวกเราอึ้งกลับไปฝากคนที่บ้าน ไม่ผลที่นี้ผลที่นั่นออกลูกตลอดปี ทั้งมะไฟ มะปรางหวาน มะม่วง และทุเรียน เรียกว่ามาฤดูไหนก็ไม่พลาดได้ชิมผลไม้สด ๆ จากต้น

กลับจากสวน เราพากันเดินมาที่วัดนาตันจัน ช่วงที่เรามาเยือนพอดีกับที่หมู่บ้านมีงานสลากกัต ประเพณีทำบุญด้วยการจับฉลากถวายภัตตาหารแด่พระภิกษุ ซึ่งจัดให้มีขึ้นในช่วงเดือนพฤษภาคม-มิถุนายน สลับหมุนเวียนกันไประหว่างชุมชนใกล้เคียง และปีนี้ก็เวียนมาถึงบ้านนาตันจันเป็นเจ้าภาพพอดี ชาวบ้านบางคนตีความงานบุญนี้ว่า “สลากพลัด” เพราะมีสมาชิกจากหลายหมู่บ้านมาร่วมงาน ถึงอยู่หมู่บ้านเดียวกันก็อาจจับฉลากไม่ได้นั่งติดกัน

งานวัดเป็นเวทีประชันความงามของสาว ๆ อยู่ก่ลาย ๆ ป้าเสียมจึงชวนเพื่อนสาวในคณะของเราสวมชุดผ้าหมักโคลนหาลำรับเครื่องควาหวานไปวัด แต่กับข้าวในหีบค่อนข้างหนัก ประกอบกับไม่ค่อยได้หีบคอน สาวเจ้าเลยเดินโอนเอน ป้าเห็นท่าท่าจะไปไม่ถึงวัด เลยขอหีบไปเอง

ช่วงนี้คือฤดูกาลแห่งผลไม้ บนศาลานอกจากของควายังเต็มไปด้วยผลไม้หลากหลายชนิด โดยเฉพาะราชาผลไม้อย่างทุเรียน ที่มีทั้งพันธุ์พื้นบ้านลูกเล็กและพันธุ์ชื่อดังอย่างหลง-หลิน หลังจากจับฉลากชาวบ้านจะเข้าแถวถวายภัตตาหารเพลตามหมายเลขที่จับได้ บ้างว่าเป็นวาสนาที่ได้ทำบุญด้วยกัน แต่หากพิจารณาอีกด้านก็อาจเป็นอุปายไม่ให้เลือกทำบุญเฉพาะกับภิกษุรูปใด เมื่อถวายภัตตาหารเสร็จก็ถึงเวลาเปิดปิ่นโตหยิบสำรับมานั่งล้อมวงกินกัน สำรับในเถาปิ่นโตแม้จะเป็นอาหารบ้าน ๆ แต่รสชาตินั้นอร่อยระดับภัตตาหาร เพราะชาวบ้านตั้งใจทำอาหารมาร่วมงานบุญกันอย่างสุดฝีมือ

- ๗ ลุงจำลองอึ้งขนุนลูกโตที่ได้จากผืนดินอันอุดม
- ๘ บรรยายากงานบุญสลากกัต ชาวบ้านมาร่วมงานกันเต็มศาลา
- ๙ ชาวบ้านหิ้วปิ่นโตและทุเรียนพื้นบ้านไปงานสลากกัต
- ๑๐ สาวสวยแห่ง “นายรอบรู้” สวมชุดผ้าหมักโคลนไปงานสลากกัตกับป้าเสียม

ร่วมอึ้งบุญกันถ้วนหน้าแล้ว หลายคนก็อยู่ร่วมงานรื่นเริงต่อวงดนตรีกำลังตั้งเครื่องเสียงเตรียมให้ความบันเทิง ขณะพวกเราเตรียมลาป้าเสียมกลับบ้านเมืองกรุง ก่อนกลับผู้เขียนมีโอกาสพบป้าชอบเจ้าของโฮมสเตย์หลังที่เคยพักครั้งมาเยือนนาตันจันคราวแรก ครั้งนั้นเป็นช่วงมะนาวแพง ป้าชอบเลยให้มะนาวหิ้วกลับบ้านคนละถุงสองถุงพบกันครั้งนี้ป้าชวนไปเก็บผลไม้ที่สวนอีก ความยินดีและความเมตตาของป้าเช่นที่ปฏิบัติกับลูกหลานทำให้เรารู้สึกเหมือนได้กลับมาเยี่ยมญาติผู้ใหญ่

หนึ่งวันหนึ่งคืนที่นาตันจันเป็นเพียงเวลาสั้น ๆ แต่ได้ก่อเกิด “ความผูกพัน” ขึ้นในใจพวกเรา เป็นความทรงจำถึงความอบอุ่นใจ เพลิดเพลินใจ ซึ่งหากจะเปรียบความรู้สึกนี้กับรสชาติของอาหาร ก็คงเป็นรสกลมกล่อมถูกใจเหมือนรสน้ำซุบข้าวเป็นแน่ล่ะ! ➤

ติดต่อโฮมสเตย์  
บ้านนาตันจัน  
โทร. ๐-๕๕๖๗-๗๒๐๙  
๐๘-๙๔๔๑-๐๔๖๘





# ผ้าทอบ้านนาต้นจัน

## ห่มสบาย ลายสวย หมักด้วยโคลน

เรื่อง : ระพีพร ตันตราภิรมย์ ภาพ : วิจิตรต์ แซ่เฮ้ง

เสียงหูกทออาหารแข่งกับเสียงไก่ขัน ปลุกให้เราต้องลุกจากที่นอนนุ่มๆ นานแล้วที่ไม่ได้นอนอ้อมกับอากาศบริสุทธิ์เช่นนี้ ถ้าได้นอนเอนกายที่บ้านนาต้นจันสัก ๑๐ วัน อายุคงยืนขึ้นอีก ๑๐ ปีทีเดียว

เสร็จสิ้นภารกิจประจำวัน บรรดาแม่หญิงในหมู่บ้านนาต้นจันก็เข้าประจำที่ ออกแรงถีบ...ถีบ...แล้วก็ถีบ อย่าเข้าใจผิดว่าพวกเธอปั่นจักรยานไปไหน หากแต่เป็นการประกอบอาชีพเสริมที่สร้างรายได้ให้แก่คนในหมู่บ้านเป็นอย่างดี

ใช่แล้ว! พวกเธอกำลัง “ทอผ้า” นั่นเอง

ผ้าฝ้ายทอมือบ้านนาต้นจันคือภูมิปัญญาชาวบ้านที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยปู่ย่าตาทวด ปัจจุบันมีชื่อเสียงไปไกล โกอินเตอร์สู่ระดับโลก

เดินทางไปคว้าตำแหน่งอันน่าภาคภูมิใจให้แก่ศูนย์หัตถกรรมบ้านนาต้นจัน (กลุ่มทอผ้าบ้านนาต้นจัน) มาแล้วหลายต่อหลายรางวัล ซึ่งเอกลักษณ์อันโดดเด่นเรื่องชื่อก็คือ ผ้าทอแต่ละผืนนุ่ม...นุ่มด้วยการหมักกับโคลน อย่าเพิ่งทำหน้างง ขอบอกอีกครั้งว่า หมักกับโคลนจริงๆ จ้า

หลังจากทอผ้าแต่ละผืนเสร็จ แม่หญิงก็จะนำผ้าลงแช่ในน้ำโคลนโคลนตามท้องไร่ท้องนาที่แต่ละ นำมาร่อนเศษผงเศษหญ้าออกให้หมด ใส่น้ำตามอัตราส่วน แล้วหย่อนผ้าลงไปนอนแช่ ๑ คืน เพื่อให้น้ำโคลนแทรกซึมไปตามเนื้อผ้า วันรุ่งขึ้นจึงนำผ้าไปซักให้สะอาด ก่อนเข้าสู่ขั้นตอนการย้อม การให้สีผ้าของที่นี่จะเน้นโทนสีตามธรรมชาติ เช่น



แม่หญิงทอผ้าอยู่ที่ใต้ถุนบ้าน





ชาวบ้านจะนำผ้า  
แช่น้ำโคลนไว้ ๓ คืน  
ถ้าแช่นานกว่านี้  
ผ้าจะมีกลิ่นสาบ



สีที่ข้อม  
นำมาจากวัสดุธรรมชาติ  
เช่น ฝาง มะเกลือ  
เปลือกมังคุด ครั่ง



กลุ่มทอผ้าส่วนกลาง  
รับผ้าทอจากชาวบ้าน  
มาตัดเย็บเป็น  
ผลิตภัณฑ์ต่างๆ  
ชาวบ้านกลุ่มนี้ยังมี  
หน้าที่ทำการตลาด  
และออกแบบลาย  
ใหม่ๆ ด้วย

> ผ้าหมักโคลน  
ลายสวย ห่มสบาย



เวลานัดขอบ  
๐๘.๐๐-๑๗.๐๐ น.  
โทร. ๐-๕๕๖๗-๗๒๐๙  
๐๘-๙๘๘๕-๑๖๓๙

สีมะเกลือ ไม้ฝาง เปลือกมังคุด ครั่ง ใบจัน เป็นต้น ส่วนสีที่เป็น  
เอกลักษณ์ของบ้านนาต้นจั่นก็คือสีสนิม ซึ่งเป็นสีที่ได้จากการผสม  
ระหว่างครั่งกับมะเกลือนั่นเอง

มาถึงเรื่องของลวดลาย หากต้องการผ้าทอลวดลายอันเป็น  
เอกลักษณ์ของที่นี่ ขอแนะนำให้เลือกซื้อลายดอกสารภีและดอกพิกุล  
หรือหากถูกใจลวดลายสมัยใหม่อย่างลายผักแว่น ลายดอกกุหลาบ  
ลายดาวกระจาย ลายใยแมงมุม ลายดอกบัว ลายสามมิติ ก็เลือกได้  
ตามนิยม นอกจากนี้ยังมีลายแปลกๆ ที่คนทอผ้าผืนนั้นเป็นคน  
สร้างสรรค์เองอีกด้วย

ผลิตภัณฑ์ผ้าฝ้ายทอมือของบ้านนาต้นจั่นมีให้เลือกซื้อหาทั้ง  
ผ้าพันคอ ผ้าคลุมไหล่ เสื้อกางเกงสำเร็จรูป กระเป๋า และผ้าผืนขาย  
เป็นเมตรเพื่อนำไปตัดชุด สนวนราคาไม่แพงเมื่อเทียบกับฝีมืออันประณีต  
พิถีพิถัน เพราะกว่าจะได้ผ้าแต่ละผืนนั้น ใช้เวลาทอไม่ต่ำกว่า ๑ สัปดาห์  
ยิ่งถ้าเป็นลวดลายยากๆ ก็ใช้เวลานับเดือน

รู้อย่างนี้แล้วต้องรีบไปเลือกซื้อมาใช้สักผืนสองผืน นักชอปทั้ง  
หลายกระซิบดังๆ ให้ได้ยินกันทั่วๆ ว่า “ผ้าหมักโคลนบ้านนาต้นจั่น  
หน้าร้อนนอนห่มเย็นสบาย หน้าหนาวห่มแล้วอุ่นอย่าบอกใคร” ว้าว!  
คุณสมบัติทอวันในผืนเดียวอย่างนี้ ไม่ซื้อไม่ได้แล้วนะบอกให้

มาเยือนสุโขทัยทั้งที ถ้าไม่ได้ลิ้มชิมรสก๋วยเตี๋ยวสุโขทัยก็เหมือนมาไม่ถึง แต่ครานี้กระแส ชุนเดช  
ช่างแรงนัก “นายรอบรู้” เลยขอตามหาชุมทรัพย์ที่สุโขทัย บ้านเมืองของชุมชนเกษตรกรรม เป็น  
ชุมทรัพย์อันมีค่าสำหรับนักชิมมิใช่น้อย ด้วยว่าเป็น “ชุมทรัพย์ความอร่อย”

# เยือนสุโขทัย ตามหา ชุมทรัพย์ความอร่อย



มยุรินทร์ สุกุลปิยะรัตน์  
หรือเจ๊แะ ผู้พิถีพิถัน  
ในการปรุงไม่ว่าอาหารหรือ  
แห้งก็ล้วนอร่อยถึงรส  
ต้นตำรับแท้

**ก๋วยเตี๋ยวสุโขทัยเจ๊แะ** ก๋วยเตี๋ยวสุโขทัยรสต้นตำรับแท้ๆ

(ถ. จรดวิถีถ่อง อ. เมือง เปิด ๐๘.๐๐-๑๖.๐๐ น.  
โทร. ๐-๕๕๖๑-๑๘๐๑, ๐๘-๖๒๑๗-๗๓๒๓)

เมืองสุโขทัยมีร้านก๋วยเตี๋ยวรสต้นตำรับแท้ๆ เต็มไปหมด ถ้าไม่รู้จะ  
เลือกร้านไหน ขอแนะนำก๋วยเตี๋ยวสุโขทัยเจ๊แะ

“ที่จอดรถสะดวก อาหารสะอาด บริการรวดเร็ว” คือสโลแกนของ  
ร้าน นอกจากนี้เขายังมีสโลแกนประจำใจว่า “ลูกค้าคือพระเจ้า” เพราะ  
ฉะนั้นร้านนี้จึงครองใจลูกค้าไปเสียทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นการบริการ หรือ  
รสชาติของก๋วยเตี๋ยว อร่อย สะอาด รับรองไม่ผิดหวัง

เครื่องเคราที่ใส่มาในชามก๋วยเตี๋ยว ไม่ว่าจะเป็นหมูแดง หมูสับ หรือ  
หนังหมู ทางร้านทำเองด้วยความพิถีพิถันและเอาใจใส่ รวมไปถึงการปรุง  
และเตรียมเครื่องอื่น อย่างถั่วงอกก็ต้องซอยบางๆ ไข่ไข่ก็ต้องสับ  
ละเอียด ผักชีใบยาวต้องซอยถี่ๆ ถั่วงอกก็ต้องต้มน้ำตาลต้องเป็น  
น้ำตาลปีบ น้ำมะนาวต้องคั้นจากมะนาวสด และตัวหลักคือเส้นบะหมี่นั้น  
เขาก็ทำเองสดใหม่ทุกวัน แถมแคบหมูที่เคี้ยวกรอบกรอบปราศจากกลิ่นหืน  
นั้นก็ไม่มีฝีมือของคนในร้าน ความละเอียดประคามีทำให้ได้ก๋วยเตี๋ยว  
รสชาติหวานหอมตามแบบฉบับคนสุโขทัย โดยเพิ่มความจัดจ้านด้วยพริก  
คั่วบดเอง เพียงเท่านี้ก็อร่อยล้ำแบบไม่ต้องปรุงเพิ่ม

นอกจากก๋วยเตี๋ยวตำรับสุโขทัย ยังมีก๋วยเตี๋ยวต้มยำซี่โครงหมู  
ก๋วยเตี๋ยวต้มยำลูกชิ้นปลาทะเล ก๋วยเตี๋ยวต้มยำกระดูกหมูตุ๋นยาจีน  
ผัดไทย ขนมเบื้องญวน และข้าวแกง ให้เลือกอิ่มอร่อย



เรื่อง : พรเพ็ญ วงศ์ศุภชัยนิมิต  
ภาพ : วิจิตร แซ่เฮ้ง

อิมมอร์รอย  
ในบรรยากาศ  
บ้านสวน



**ก๋วยเตี๋ยวสุโขทัยบ้านคุณยาย** สบายๆ สโลว์ไลฟ์บ้านสวน

(ตรงข้ามวัดหาดเลี้ยว ซ.เทศบาล ๑๒ อ.ศรีสัชนาลัย  
เปิด ๐๙.๐๐-๑๖.๐๐ น. หยุดทุกวันอาทิตย์ โทร. ๐๘-๙๔๓๗-๙๐๔๗)

ขยับมาตามหาของอร่อยกันต่อที่เมืองศรีสัชนาลัย เมืองนี้มี  
ก๋วยเตี๋ยวสุโขทัยในร้านสโลว์ไลฟ์บ้านสวนให้ลิ้มลอง เป็นร้านที่เพิ่งเปิดมา  
ปีกกว่า อาจหาญยากสักนิด แต่เมื่อไปถึงแล้วรับประกันว่าจะต้องติดใจ  
ด้วยบรรยากาศร้านเล็กๆ ตั้งอยู่ท่ามกลางสวนหย่อมร่มรื่น และตกแต่ง  
ภายในร้านได้อย่างน่ารัก โต๊ะบางตัวก็แปรสภาพมาจากจักรหลังเก่า  
ให้ลูกค้าเลือกนั่งบริหารท่าบริหารใจ ผาผนังที่ทำเป็นระแนงไม้รอบด้าน  
ก็ช่วยให้อากาศในร้านปลอดโปร่งเย็นสบาย

แม้เครื่องเคราหลากหลายในชามก๋วยเตี๋ยว  
จะไม่ใช่อุดมด้วยวัตถุดิบพรีเมียม แต่รสชาตินั้น  
ยังคงหวานหอมตามตำรับสุโขทัย คุณจะ  
สั่งก๋วยเตี๋ยวน้ำหรือแห้งก็ได้ มากินคู่กับ  
ทอดกรอบๆ ไม่มื่อน้ำมัน แค่นี้ก็อร่อยล้ำ  
ทางร้านยังมีอาหารจานเดียวอย่างผัดไทย  
ผัดซีอิ้ว ข้าวคลุกกะปิ สุกียากี้ ให้สั่งมาเสริม  
ทัพจนพุงกาง น้ำผลไม้ ชา กาแฟ ขนมหวาน  
ก็มีให้สั่งอีก เรียกว่าอร่อยแบบวันสต็อป ทั้งคาว  
ทั้งหวาน แถมได้นั่งผ่อนคลายเป็นอนอยู่ใน  
สวนหลังบ้าน และราคาสบายกระเป๋า





**ร้านป่าทรง** อร่อยจัดจ้าน ราคาโดนใจ  
(ถนนสายสวรรค์โลก-ศรีสัชนาลัย อ.ศรีสัชนาลัย  
เปิด ๑๐.๐๐-๒๐.๐๐ น. หยุดทุกวันอาทิตย์  
โทร. ๐-๕๕๖๗-๒๕๑๔, ๐๘-๓๘๗๕-๐๗๑๔, ๐๘-๔๙๕๑-๗๗๗๔)

ร้านธรรมชาติบรรยากาศไม่เลิศจน แต่ชาวศรีสัชนาลัยต่างแนะนำให้  
มาลิ้มลองสารพัดเมนูที่ร้าน “ป่าทรงชาว”


คำเรียกขาน “ป่าทรงชาว” มาจากเมื่อแรกเริ่มที่ป่าทรงขายอาหาร  
ตามสั่งในราคาเพียง ๒๐ บาท (๒๐ ภาษาเหนืออ่านว่าชาว) ในร้านที่เป็น  
เพิงเล็ก ๆ หน้าบ้าน ด้วยรสชาติเป็นที่ติดอกติดใจของลูกค้า จึงขายดิบ  
ขายดีจนขยับขยายบ้านให้ใหญ่ขึ้นแล้วเปิดเป็นร้านอาหาร ส่วนราคาแม้  
จะขยับขึ้นแต่ก็เพียงเล็กน้อยตามราคาข้าวของที่แพงขึ้นเท่านั้น จึงยังถูก  
จัดอันดับให้เป็นร้านที่ “อร่อยจัดจ้าน ราคาโดนใจ” อยู่

เมนูแนะนำของร้านนี้สำหรับ “นายรอบรู้” นั้นตัดสินใจค่อนข้างยาก  
เพราะป่าทรงมือเที่ยงปรู๋อร่อยทุกอย่าง เพราะฉะนั้นเราเลยจัดหนักให้  
ด้วยเมนูรสจัด ๆ อย่างส้มตำยอดมะพร้าว ป้าใช้ยอดมะพร้าวอ่อน ๆ  
สับเหมือนมะละกอ นำมาตำรสจัดจ้าน แต่ยอดมะพร้าวเคี้ยวได้กรอบ  
หอมกว่ามะละกอ ย้ายยอดมะพร้าวอ่อน น้ำยารสจัดเผ็ดพริกชี้หูสวน  
ใส่กุ้ง หมึก หมูสับ ได้อร่อยเข้ากัน ผัดเผ็ดปลากดคัง อร่อยถึงเครื่อง  
ปลาคังซอสสด ๆ ทุกวันจากชาวบ้าน หั่นชิ้นพอดีคำแล้วทอดจนเหลืองกรอบ  
ผัดกับพริกแกงเผ็ดที่ป้าตำเอง ทั้งหอมฉุนทั้งเผ็ดสะใจ หรือใครอยากชด  
ของร้อน ๆ ให้เลือกสั่งต้มยำปลากดคัง รับรองได้ซดของเผ็ดร้อนถูกใจ  
เพราะป่าทรงใส่สมุนไพรมาหลายชนิด ทุกเมนูที่เอามาที่นี่กันอ่อมอร่อย  
ในราคาเพียงไม่กี่ร้อยบาท



**ศรีคอฟฟี่** ต้มกาแฟไทยในร้านเก๋ริมทาง  
(ถนนสายศรีสัชนาลัย-เด่นชัย อ.ศรีสัชนาลัย  
เปิด ๐๘.๐๐-๑๘.๐๐ น. โทร. ๐๘-๑๗๘๕-๔๔๐๖)

ปิดทริปความอร่อยที่ร้านกาแฟเก๋ๆ ในตัวเมืองศรีสัชนาลัย ร้านนี้  
นำของเก่าของสะสมอย่างตะเกียงเจ้าพายุ เครื่องเคลือบโบราณ เตาไฟ  
โบราณ วิทยุทรานซิสเตอร์ หีบไม้สักโบราณ รวมถึงผ้าไหม ผ้าฝ้ายทอมือ  
มาจัดเรียงไว้ในตู้กระจกใสใบเก่าให้ชมชอปกันตามรสนิยม

ร้านศรีคอฟฟี่มีที่นั่งมุมเก๋หน้าร้านให้นั่งดื่มตำรสชาตกลมกล่อมจาก  
กาแฟหอมกรุ่น ซึ่งเป็นกาแฟพันธุ์อาราบิก้าส่งตรงมาจากภาคเหนือของ  
เรานี่เอง หากชอบกาแฟรสเข้มให้สั่งเอสเปรสโซร้อนมาดื่ม แต่ถ้าชอบ  
กาแฟรสนุ่ม ขอแนะนำคาปูชิโนคาราเมล เพียงจิบแรกก็สัมผัสถึงรสนุ่ม  
กลมกล่อมแทรกความหวานของคาราเมลแล้ว นอกจากนี้ยังมีชาเขียวปั่น  
สูตรเฉพาะ ที่ไม่ว่าใครได้ชิมเป็นต้องติดใจ 



- ๑ “ป่าทรงชาว” ผู้อยู่เบื้องหลัง  
ความอร่อยราคาย่อมเยา
- ๒ ร้านโปร่งโล่งสบาย
- ๓ ผัดเผ็ดปลากดคัง อร่อยถึงเครื่อง
- ๔ ย้ายยอดมะพร้าวอ่อน  
เผ็ดพริกชี้หูสวน หวานยอดมะพร้าว  
กุ้ง หมึก หมู
- ๕ ต้มยำปลากดคัง  
เมนูยอดฮิตประจำร้าน

ร้านศรีคอฟฟี่  
ตกแต่งด้วยของสะสมมากมาย

ชาเขียวปั่นสูตรเฉพาะ  
อร่อยกลมกล่อม

